

防災特集 Part3

知って！
備えて！
守りぬく！

災害時の在宅避難に備えて
備蓄について考えてみましょう

大野台の防災について役立つ情報をお届けします。今回は在宅避難時の備蓄について掲載しました。



在宅避難に備えて「備蓄」を忘れずに！

大きな災害が発生すると、電気やガス・水道などのライフラインが止まって、復旧までに何日もかかり物資の供給も滞ることが想定されます。たとえ自宅の倒壊や損壊を免れても、当面は非常事態の中で生活しなければなりません。災害発生後の在宅避難に備えて、日頃から食料や飲料、生活必需品などの「備蓄」をしておきましょう。

災害時の在宅避難に備えて用意しておきたいもの（例）

最低3日分は用意しましょう。また、災害時に必要なものは、家族構成や状況によってさまざまです。わが家に合わせて、必要なものは日頃から多めに備えておきましょう。

食料

米、缶詰、レトルト食品、インスタント食品、飲料水（1人1日3ℓを目安に） など



照明・情報

懐中電灯（1人1個）、ラジオ、予備の乾電池 など

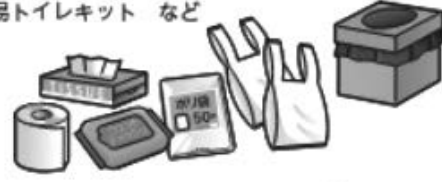


加熱器具

卓上コンロ、予備のガスボンベ、固形燃料 など

日用品

マッチ、ライター、新聞紙、ロープ、ひも、粘着テープ、ペンチ、スコップ、ティッシュペーパー、ポリ袋、生理用品、筆記用具、簡易トイレキット など



乳幼児のいる家庭

粉ミルク、液体ミルク、紙おむつ、おしりふき など

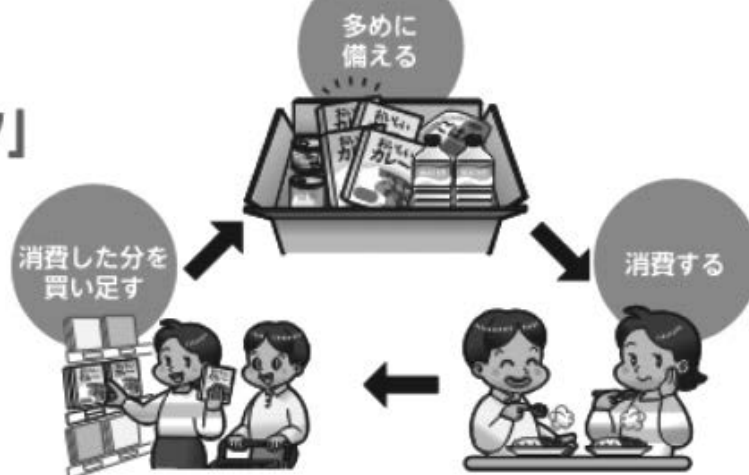


使いながら備える「ローリングストック」

災害用に特別なものを用意するのではなく、日頃から食べ慣れているもの・使い慣れているものを多めに備蓄し、消費した分を補充する——それが「ローリングストック」という備蓄方法です。

冷蔵庫や冷凍庫の中の食品も、常に少し多めの状態を保っておけば、立派な備蓄品になります。

出展元 さがみはら防災ガイドブック(P16)



事業報告

健康づくり部

アクティブ
リフレッシュ

8月22日(金)



大野台公民館の家庭教育事業であるアクティブリフレッシュの第1回(全6回)が開催されました。この事業は今年度から始まり、0歳から未就園児までの親子を対象に行いました。小さなお子さんと一緒に運動したり、ゲームを楽しんだり、工作をしたりして親子のふれあいを楽しみました。夏まつりで、遊びながら新しいお友達を作ることもできました。参加した皆さんは笑顔にあふれていました。

第2回以降もリトミックやヨガ、小児歯科など親子で楽しむ交流の場になりました。(取材:担当職員)



文化部

宇宙科学講座

9月25日(木)



宇宙科学講座を開催しました。宇宙へのお誘い2025と銘打ち、「はやぶさ2」で盛り上がった JAXA から講師3人に来てもらいました。3回にわたる講座でペンシルロケットの話や衛星探査機、開発の苦労話など、普段聞く事の出来ない貴重な話を聞いたり、ロケットや衛星の模型を触ったりしました。次の挑戦にも夢をのせていきます。(取材:担当職員)



体育部

NEW スポーツ
体験会

9月7日(日)



ピックルボールの体験会が開かれました。テニス、バドミントン、卓球の要素を組み合わせたアメリカ発祥のスポーツです。

体験会では、バド(ラケット)とボールに慣れる運動から始め、基本的な技(サーブ、ボレー等)の練習をしました。その後は、実際にペアを組んで試合形式でルールになじんでいきました。ピックルボール特有のルールに戸惑いながらもゲームを進めながら徐々に慣れていきました。バドミントンと同じ広さのコートを二人で守るので、ちょうどよい運動量が得られるなど感じました。「あと何度か練習する機会があれば上手にできるようになりそう。」という声も聞こえていました。(取材:広報部 K)



文化部

文化芸術講座
～浮世絵～

10月15日(水)



10月15日(水)に開かれた、表題の文化芸術講座の第1回が開催されました。申し込み多数だったので定員を少し増やして対応したとことで、盛況でした。講師に山本ゆかり先生(多摩美術大学)をお迎えして講義が始まりました。浮世絵をスライドで紹介しながらの解説で、とてもわかりやすい内容の講座でした。(取材:広報部 K)



事業案内

バードウォッチング

日にち:令和8年1月29日(木)

場所:こもれびの森

楽しく野鳥を観察しましょう

パークゴルフ

日にち:令和8年2月1日(日)

場所:淵野辺公園横保留地

楽しいスポーツです！

第30回文学講座

日にち:令和8年
2月13・20・27日(金)

場所:大野台公民館

内容は今後お知らせします

子どもチャレンジ教室③

～森の散策と花炭づくり&焼き芋～

日にち:令和8年2月14日(土)

場所:こもれびふれあい広場

市民健康まつり

日にち:令和8年2月22日(日)

場所、内容は公民館にあるチラシをご覧ください

第83回こもれびコンサート

日にち:令和8年3月7日(土)

場所:大野台公民館

素敵なコンサートをお楽しみに！